

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Солнышко» с. Волчье Добровского
муниципального района Липецкой области**

**Соляная лампа, как метод
профилактики простудных
заболеваний**

2022 г.

Целью использования солевой лампы является профилактика простудных заболеваний.

Основной задачей работы дошкольной организации является охрана и укрепление здоровья детей.

Неблагоприятная эпидемиологическая ситуация, в первую очередь, в отношении болезней органов дыхания побудила нас искать новые методы профилактики и оздоровления детей.

Таким образом, у нас появилась **солевая лампа**.

Солевая лампа «Скала»

Соляная лампа (солевая лампа) – плафон, который изготовлен из кристаллической каменной соли, созданной природой на протяжении сотен миллионов лет. Это продукт естественной кристаллизации солёной воды мирового океана в условиях жаркого климата.

Солевая лампа – это не только уникальный предмет декора, но и незаменимый помощник при различных заболеваниях:

- простуда
- бронхит
- аллергия
- астма

Соляные лампы «Скала» не имеют противопоказаний.

«Соляные ванны полезны для:

1. укрепления общего иммунитета;
2. профилактики частых простудных и хронических заболеваний (бронхит, ларингит);
3. повышение тонуса организма;
4. нормализации сна;
5. снятие стресса и нервного напряжения.

Принцип работы прибора.

Работа соляной лампы основана на взаимодействии нескольких факторов: влажности, нагреве, полезных свойствах минерала и светотерапии.

Кусок минерала, используемый для создания прибора, содержит следующие полезные элементы в составе:

- хлорид натрия (от 60% до 98%, в зависимости от месторождения, где добывалось вещество);
- калий (максимум 32%);
- йод;
- железо;
- хлор;
- кальций;
- цинк;
- селен;
- бром;
- магний;

- углерод;
- гипс.

Общее присутствие последних 10 компонентов достигает 6%.

При нагревании лампы накаливания в устройстве, отрицательно заряженные химические элементы состава выделяются в воздух, ионизируя его, и посредством влажности распространяются по помещению.

Выделенные частицы оказывают позитивное воздействие на организм, а также нейтрализуют положительные электроны, выделяемые бытовой техникой. Излучаемый свет благоприятно воздействует на нервную систему.

Соль для лампы добывают из нескольких месторождений, во всех процесс ее образования начался несколько миллионов лет назад, что позволило накопить множество полезных элементов в составе.

По критерию происхождения выделяют:

Лампы с плафоном из гималайской соли (родом из Пакистана).

Содержат 30-36% калия, 60% хлорида натрия, железо и другие примеси в небольшом количестве. Соль этого месторождения не употребляется в пищу. Цвет – в красной палитре, колеблется от розоватого до коричневого.

Светильники из соли Солотвинского месторождения (Украина). Она содержит до 98% хлорида натрия и 1-2% остальных веществ, минерал можно употреблять и в пищу. Цвет – от белого до сероватого, с характерными полосами и разводами. Плафоны полупрозрачные, только натуральной формы, не обрабатываются.

Соляные лампы из месторождения в г. Соледар (Украина).

Химический состав сходен с предыдущим вариантом. Цвет белый или серый. Из соли этого месторождения можно изготовить плафон любой формы.

Соляная лампа позволит укрепить иммунитет, что особенно важно в периоды вспышек эпидемий простудных и инфекционных заболеваний.

При регулярном использовании соляной лампы можно будет достичь такого эффекта, который производят на организм целые соляные комнаты.